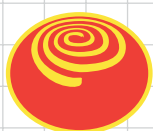


I Calendario dei Consumatori



2007
d u e m i l a s e t t e



Adoc
Associazione per la Difesa e
l'Orientamento dei Consumatori

UNIPOL
ASSICURAZIONI

Le Lacrime dell'Albero

Progetto nazionale promosso dall'Adoc e ideato dall'Artista Alexander Jakhnagiev

Un percorso educativo e di riflessione sui temi della difesa dell'ambiente, della solidarietà, del consumo (dal riutilizzo dei materiali, alla vita del mondo contemporaneo in cui i frutti si raccolgono nel frigorifero e non sugli alberi) e sul ruolo sociale dell'arte.

Ogni bottiglia-lacrima appesa sull'albero è una richiesta: ogni bambino vuole farci sapere come vorrebbe la sua città.



Alexander Jakhnagiev



Alexander Jakhnagiev nato a Sofia in Bulgaria il 21/09/1978, diplomato al Complesso nazionale di Arte e cultura di Gorna Banja (Sofia), laureando presso l'Università degli Studi di Perugia in Storia dell'Arte, ha cominciato

la sua attività artistica fin da piccolo, frequentando lo studio del padre, il pittore Ivan Jakhnagiev.

Ha esposto le sue opere in mostre personali e collettive a Berlino, Sofia, Perugia, e Roma, illustrato numerosi libri di poesia, realizzato il logo della tessera Adoc 2005.

Nella sua ricerca artistica ha sempre dedicato grande attenzione al rapporto tra arte e pubblico, e sono da ricordare le sue recenti performances di Body Art contro la droga, di Land Art con l'impacchettamento dei cubi nel centro storico, la creazione del Museo del bottone, la mostra su Arte e Cibo. Ha ideato il progetto "Le ombre dei maestri", l'istallazione di 12 opere su tela corredate di video e foto esposte dal 15 al 21 dicembre nelle stazioni della metro linea B di Roma (da Rebibbia a Tiburtina). L'iniziativa artistica è il risultato di un percorso di pittura interattiva con alcuni dei Maestri più significativi dell'arte contemporanea. Conduce e realizza su Teleperugia e Teleambiente programmi sull'arte, lo spettacolo, l'attualità.

Calendario dei Consumatori



Roma, 10 giugno 2005
"Le Lacrime dell'Albero"
Via Giulia Ist. Comprensivo 1a Media
Ist. Comprensivo E. Q. Visconti
3a - 4a Elementare



gennai

lun mar mer gio ven sab dom lun mar mer gio ven sab dom lun mar
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16

mer gio ven sab dom lun mar mer gio ven sab dom lun mar mer
17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Sicurezza bimbi

Prestate attenzione alla sicurezza dei bambini: uno dei compiti principali affidati ai genitori e agli adulti. A tal proposito, è bene rispettare, nei propri comportamenti in casa, alcune semplici misure di sicurezza.

1. Se in casa ci sono scale, predisponete cancelletti in cima e in fondo
2. Accertatevi che le ringhiere dei balconi e dei davanzali delle finestre siano sufficientemente alte
3. Non lasciate mai i bambini soli accanto a vasche da bagno piene di acqua
4. Proteggete le prese di corrente con dispositivi di sicurezza
5. Tenete lontano i bambini da fili elettrici e dagli elettrodomestici in genere quando sono collegati alla rete elettrica
6. In cucina non lasciate mai i bambini soli: utilizzate i fornelli più interni e non lasciate mai i fiammiferi

incustoditi;

7. Conservate, sotto chiave, medicinali, detersivi, insetticidi e altri prodotti nocivi;
8. Ponete attenzione ai giocattoli e agli oggetti con cui giocano i vostri figli: gli oggetti con diametro inferiore ai 4 cm possono facilmente essere ingeriti provocando soffocamento
9. Acquistate sempre e solo giocattoli sicuri, certificati dal marchio CE sulle etichette
10. Mentre i bimbi dormono, non fate indossare loro catenelle, bracciali e ciondoli
11. Non utilizzate palloncini gonfiabili in lattice: una loro eventuale rottura formerebbero frammenti facilmente inalabili
12. All'aperto, controllate costantemente i bambini se giocano vicino a pozzi, laghetti, mare, piscine o anche a dei semplici marciapiedi o passi carrai.



Adoc
Associazione per la Difesa e
l'Orientamento dei Consumatori

Sede Nazionale
00199 Roma • Via di Tor Fiorenza, 35
Tel. +39 06 45420928 - Fax +39 06 86329611
www.adoc.org • info@adoc.org

UNIPOL
ASSICURAZIONI

Calendario dei Consumatori



Treviso, 30 novembre 2005
"Le Lacrime dell'Albero"
Scuola Alessandro Manzoni 5a A-B, 3a A-B Elementare

gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	febbraio					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16						
										sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer
										17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28

Calendario dei Consumatori



Rimini, 13 dicembre 2005 - "Le Lacrime dell'Albero" - I Circolo Didattico "L. Ferrari" e "V. Gambalunga" dalla 1a alla 5a Elementare

	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven
marzo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

PER GUIDARE UN CICLOMOTORE

Alla guida di un ciclomotore, il minore di età che abbia compiuto 14 anni, e dal 01/07/2005 il maggiore non titolare di patente di guida di autoveicoli, deve conseguire il **certificato di idoneità alla guida**, rilasciato dall'Ufficio Periferico del S.I.I.T. (Servizio Integrato Infrastrutture e Trasporti; ex Motorizzazione), dopo un corso specifico (da frequentare obbligatoriamente se il candidato è minorenni), con prova finale.

I minorenni, dopo la frequenza del corso organizzato dalle autoscuole, devono superare un esame finale, svolto da un funzionario esaminatore dei Trasporti civili.

Il periodo utile per sostenere l'esame è di 12 mesi, nei quali si può ripetere la prova più volte. Per parteciparvi, occorre l'assenso scritto di un genitore o del proprio tutore.

I giovani che frequentano istituzioni statali e non di istruzione secondaria possono partecipare ai

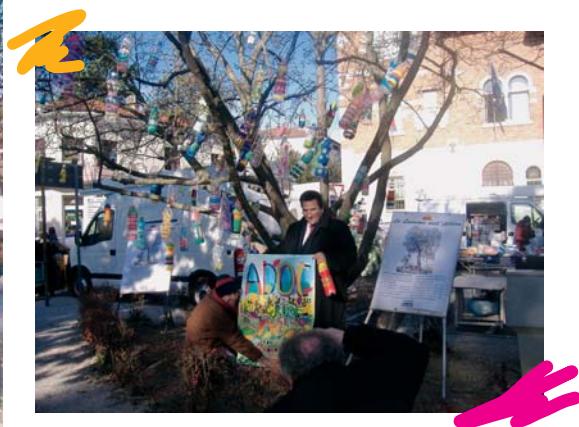
corsi organizzati gratuitamente all'interno della scuola, nell'ambito dell'autonomia scolastica. Per quanto riguarda i costi, mentre presso la propria scuola è gratuito (si pagano solo 30 € di bolli + diritti), nelle autoscuole costa 150 € circa. Tutti coloro che hanno raggiunto la maggiore età, a partire dall'01/10/2005 hanno l'obbligo di conseguire il certificato di idoneità alla guida dei ciclomotori tramite esame.

Le conoscenze richieste per conseguire l'attestato per la guida dei ciclomotori, vertono sui seguenti argomenti:

1. segnali di pericolo, precedenza, divieti di obblighi e di indicazioni;
2. norme sulla precedenza e di comportamento;
3. segnali luminosi e orizzontali;
4. fermata, sosta e definizioni stradali;
5. cause di incidenti e comportamenti dopo incidenti, assicurazione;
6. elementi del ciclomotore e loro uso;
7. utilizzo del casco.



Calendario dei Consumatori



Gorizia (Ronchi dei Legionari), 14 dicembre 2005
"Le Lacrime dell'Albero"
Scuola "V. Da Feltrè" 5a ABC Elementare, 1a ABD Medio

dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun																
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	aprile															
																mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun		
																17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		

OSSERVAZIONI NUTRIZIONALI

Nutrirsi non deve essere solo una risposta a fabbisogni istintivi, ma un metodo per conservare un buono stato di salute. Prima si apprendono corrette abitudini alimentari, maggiore è il livello di prevenzione che ne può derivare; quindi, più naturale sarà la scelta dei bambini e dei ragazzi per un'alimentazione più corretta.

Qui di seguito, si riportano indicazioni e suggerimenti parziali, da non trascurare.

LAVARSI spesso, soprattutto le mani che sono sempre a contatto con oggetti e sostanze di ogni genere, è la regola numero uno. Lavale sempre prima di mangiare, per evitare virus e batteri e poi, a tavola, siediti correttamente tenendo la schiena dritta, altrimenti lo stomaco si comprime e ingerisci male il cibo, specie se non lo mastichi correttamente.

A TAVOLA PREFERISCI L'ACQUA, il costituente fondamentale di tutti gli esseri viventi, che svolge più funzioni biologiche: dalla digestione al metabolismo, dal passaggio di sostanze tra cellule e vasi all'aiuto nel regolare la temperatura corporea.

DOPO OGNI PASTO, se non vuoi correre rischi, lavati bene i denti; anche prima di andare a letto e il mattino, appena sveglio con un buon dentifricio, possibilmente al fluoro.

MERENDINE, a seconda della tipologia dell'impasto, possono essere distinte in tre gruppi:

1. merendine tipo brioche;

2. merendine di pan di spagna;

3. merendine a base di pasta frolla.

Una merendina apporta mediamente 150 Kcal: la differenza tra una merendina e l'altra è dovuta essenzialmente al differente peso delle porzioni (dai 33 ai 45 gr) e non alla tipologia, come dimostra il fatto che il valore per 100 grammi è intorno alle 400 Kcal, per tutti i prodotti. Anche la quantità di grassi (in media 7 gr) e di proteine (3 gr) sono simili tra i diversi prodotti, mentre varia la quantità di amido: minore nelle merendine tipo pan di spagna e in quelle farcite al latte, che si ritrovano invece, con più calcio rispetto alle altre.

Attualmente si stanno sempre più diffondendo anche le merendine refrigerate o da frigo.

I coloranti e gli aromi usati nella produzione industriale di questi prodotti, pur essendo nella maggior parte dei casi naturali, non sono certamente presenti nel dolce fatto in casa dalla mamma o dalla nonna. Ma tu muoviti, cammina, sali le scale: è sempre un buon allenamento per una buona forma fisica.

IL LATTE PUÒ ESSERE...

- **intero**: con un contenuto di grasso superiore al 3,5% (350 gr/100 ml);
- **parzialmente scremato**: con un percentuale di materia grassa compresa tra lo 0,5 e l'1,8%;
- **scremato**: rappresenta il tipo più leggero perché ha un contenuto di grassi inferiore allo 0,5%.

EDUCARE E PREVENIRE È LA SCELTA MIGLIORE



Adoc
Associazione per la Difesa e
l'Orientamento dei Consumatori

Sede Nazionale
00199 Roma • Via di Tor Fiorenza, 35
Tel. +39 06 45420928 - Fax +39 06 86329611
www.adoc.org • info@adoc.org

UNIPOL
ASSICURAZIONI

Calendario dei Consumatori



Pescara, 3 marzo 2006
"Le Lacrime dell'Albero"
Scuole "B. Croce", "La Montale" e "La Michetti"
Medie 2a D e 3a G



						mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer
						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio							
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31							

"INTERNET E MINORI"

Che cos'è?

È uno strumento per consentire ai minori di utilizzare la rete, evitando di incappare in contenuti come pornografia e violenza. È stato varato il 5/11/2003 dalla Commissione per l'assetto del sistema radiotelevisivo su mandato del Ministero delle Telecomunicazioni.

L'obiettivo?

È quello di diffondere una corretta cultura delle responsabilità da parte dei soggetti attivi sulla rete, al fine di garantire uno sviluppo equilibrato di internet nel rispetto delle libertà e dei diritti degli utenti.

Chi può aderire?

Tutti coloro che operano nel web, attraverso un modulo di adesione scaricabile online, dopo aver accettato il regolamento.

Coloro che risulteranno idonei ai principi di tale codice, potranno apporre sul proprio sito il logo "Internet e minori".

"PICCOLI SU INTERNET"

1. non date mai informazioni private a persone conosciute su internet (nome, cognome, indirizzo, nome della scuola...);
2. non mandate mai le vostre foto (a meno che non siano d'accordo i vostri genitori) agli utenti di internet;
3. non fissate incontri con persone conosciute su internet senza chiedere il permesso ai vostri genitori;
4. leggete le e-mail con i vostri genitori;
5. ricordatevi che gli utenti di internet possono non essere ciò che dichiarano;
6. se vedete su internet immagini che vi spaventano, avvisate subito i vostri genitori o insegnanti.

"SPAMMING"

Lo spamming è a volte definito come l'equivalente elettronico della **posta-spazzatura (junk mail)**. Principale scopo dello spamming è la **pubblicità**, il cui oggetto può andare dalle più comuni offerte

commerciali, a proposte di vendita di materiale pornografico, o illegale, come software pirata e farmaci senza prescrizione medica, discutibili progetti finanziari ed essere veicolo di truffe. Uno spammer, cioè l'individuo autore dei messaggi spam, invia messaggi identici, o con qualche personalizzazione, a migliaia di indirizzi e-mail. Questi indirizzi sono spesso raccolti in maniera automatica dalla rete (pagine Web), ottenuti da database o semplicemente indovinati usando nomi comuni. Per definizione lo spam viene inviato senza il permesso del destinatario.



Adoc
Associazione per la Difesa e
l'Orientamento dei Consumatori

Sede Nazionale
00199 Roma • Via di Tor Fiorenza, 35
Tel. +39 06 45420928 - Fax +39 06 86329611
www.adoc.org • info@adoc.org

UNIPOL
ASSICURAZIONI

Calendario dei Consumatori



Bari, 7 marzo 2006
Piazza Umberto I
"Le Lacrime dell'Albero"
Scuola "G. Mazzini" 3a Elementare

ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	giugno						
									dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab
									17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30

AL TELEFONO FAI ATTENZIONE...

AL FURTO CELLULARI

Ricordatevi che in caso di furto del cellulare dovete:
1. fare denuncia alle autorità competenti;
2. bloccare il vostro numero di cellulare.
Per bloccare il numero di cellulare è necessario conoscere il proprio codice IMEI (*International Mobile Equipment Identity*).

L'IMEI è un codice che identifica il proprio cellulare, composto da 15 cifre. È riportato su un'etichetta all'interno del telefonino (di solito, sotto la batteria) o sulla scatola originale dello stesso. È possibile visualizzarlo direttamente sul cellulare digitando sulla tastiera *#06#. Nel caso non sia stata conservata la scatola originale o non sia stato annotato, i gestori possono individuare il codice: è sufficiente che l'utente fornisca 4 numeri di telefono chiamati nell'ultimo mese ed entro 3 giorni il numero verrà bloccato.

ALLA DURATA SIM

Grazie ad un signore di Napoli che ha fatto causa alla Tim (e l'ha pure vinta!!!), d'ora in poi le nostre sim potranno vivere più di 13 mesi.

Pratica comune tra gli operatori di telefonia mobile italiani è quella di disattivare la sim, annullando anche il credito residuo, se non la si ricarica entro un periodo pari a 13 mesi. La disattivazione avviene con un comando a distanza, senza avviso per l'utente. Ma d'ora in poi l'utente potrà rivalersi perché, pur essendo una clausola scritta nel contratto, portando essa all'interruzione del servizio, è necessario che ognuno di noi l'approvi "espressamente per iscritto".

NELLO SCARICARE LOGHI E SUONERIE CHE HANNO UN COSTO DIFFERENZIATO

in base al tipo ed al gestore. Il costo delle suonerie deve essere indicato per legge nella pubblicità. Approssimativamente, il costo di una suoneria monofonica è di 2 € iva inclusa; quello della polifonica si aggira intorno ai 3 € iva inclusa più traffico wap.

NEL PIANO DI NUMERAZIONE NAZIONALE, invece, i numeri **800** e **803** sono definiti **numeri verdi** e sono gli unici ad essere gratuiti e totalmente a carico di chi li attiva.

Viceversa, i numeri con prefissi **840, 841, 847, 848** sono definiti **numeri ripartiti** e il loro costo è suddiviso tra

chiamante e chiamato. In particolare, per i numeri con prefisso 840 e 841 si paga solo lo scatto alla risposta (max 0,10 €), mentre per gli 847 e 848 allo scatto va aggiunto il costo di una chiamata urbana.



Adoc
Associazione per la Difesa e
l'Orientamento dei Consumatori

Sede Nazionale
00199 Roma • Via di Tor Fiorenza, 35
Tel. +39 06 45420928 - Fax +39 06 86329611
www.adoc.org • info@adoc.org

UNIPOL
ASSICURAZIONI

Calendario dei Consumatori



Trapani (Marsala), 13 marzo 2006
"Le Lacrime dell'Albero"
I Circolo "Pascoli"
4a e 5a Elementare



Luglio

dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

SICUREZZA PER L'ELETTRICITÀ NELLE ABITAZIONI

IL SALVAVITA, UNA GRANDE SICUREZZA

L'impianto di messa a terra (la messa a terra è l'insieme di azioni e sistemi volti a portare un elemento metallico allo stesso livello del terreno) e il Salvavita (l'interruttore differenziale magnetico termico ad alta sensibilità) sono obbligatori: il primo, per disperdere nel terreno la "corrente di guasto" nel caso di cortocircuito; il secondo, per proteggersi dalle dispersioni degli apparecchi.

PER OGNI APPARECCHIO USATE UNA PRESA DIVERSA perché una presa sovraccarica è una potenziale causa di pericolo di surriscaldamento, con possibile cortocircuito, incendio o danneggiamento dell'impianto.

QUANDO IL VOSTRO CORPO È A CONTATTO CON L'ACQUA non tenete vicino apparecchi collegati alla corrente elettrica come stufe, radio, asciugacapelli... il corpo umano è un ottimo conduttore di corrente elettrica.

PER QUALSIASI LAVORO SULL'IMPIANTO ELETTRICO, se non potete staccare la spina, disinserite sempre l'interruttore generale.

PRIMA DI ESTRARRE LA SPINA COLLEGATA ALL'ELETTRODOMESTICO, spegnete sempre l'elettrodomestico. Le spine non vanno mai estratte tirando il cavo: si può danneggiare. Inoltre, rischiate di strappare la presa dal muro, creando così le condizioni di un possibile cortocircuito.

PER RISPARMIARE ENERGIA ELETTRICA:

1. usare sempre elettrodomestici di classe A e A++;
2. lo scaldacqua tenetelo acceso solo per il tempo necessario al riscaldamento, o spegnetelo durante il giorno e accendetelo di notte;
3. preferite la doccia al bagno (un bagno in vasca corrisponde a 3 docce!);
4. fate inserire un timer per la regolazione automatica per accensioni e spegnimenti;
5. usate lampade a risparmio energetico;
6. accendete le luci solo quando servono.



Adoc
Associazione per la Difesa e
l'Orientamento dei Consumatori

Sede Nazionale
00199 Roma • Via di Tor Fiorenza, 35
Tel. +39 06 45420928 - Fax +39 06 86329611
www.adoc.org • info@adoc.org

UNIPOL
ASSICURAZIONI

Calendario dei Consumatori



Bologna, 15 marzo 2006 - "Le Lacrime dell'Albero" - Scuola "Guido Reni", Medie

mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	agosto					
							ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven
							17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

CURIOSITÀ NUTRIZIONALI

OMEGA 3

L'Omega 3 è un acido grasso derivato dal pesce. Nei differenti tipi di pesce la quantità varia:

- nei pesci a carne scura (salmone, pesce azzurro, pesce spada) ci sono circa 1,51 gr per una porzione di 100/140 gr;
- nel tonno in scatola 0,42 gr per una porzione di 80/110 gr;
- in gamberetti, astice, aragoste, cappelletti 0,32 gr per circa 90 gr di pesce;
- negli altri pesci 0,48 gr per porzioni di 100/140 gr.

I pesci più ricchi sono merluzzo, sgombrini, sardine, salmone, tonno, ostriche.

LA PASTA

La media giornaliera del consumo di pasta è di 100 gr al giorno pro capite. Ma sai che esistono tanti tipi di pasta?

Pasta di semola (o di semolato) di grano duro

La pasta secca, semplice o aromatizzata, all'uovo o senza, in Italia viene preparata solo con farina di grano duro.

Pasta speciale

La pasta speciale è prodotta con semole e con altri ingredienti consentiti come verdure, malto di glutine, ripieni vari. Deve essere posta in commercio con la denominazione, in etichetta o sulla confezione, di "pasta di semola di grano duro", seguita dalla specificazione degli ingredienti aggiunti.

Pasta all'uovo

La pasta all'uovo è prodotta con semole e con almeno 200 grammi di uova fresche per ogni kg di semola.

Pasta dietetica

Le materie di base della pasta comune sono parzialmente sostituite con altri prodotti alimentari e spesso arricchite con vitamine e sali minerali. Ha un ridotto contenuto o glucidico o proteico o calorico o in sodio, è destinata a particolari soggetti.

Pasta fresca

Regina della pasta fresca è la pasta all'uovo e le paste farcite. Questa pasta può avere una umidità fino al 30% e per essa è consentito l'uso di farina di grano tenero e di altri ingredienti (verdure e ripieni vari, come per le paste speciali secche).

La pasta fresca all'uovo deve essere fatta esclusivamente con uova fresche.

Pasta integrale

È arricchita con crusca e fibra di grano per garantire un maggiore apporto in fibre alimentari. Un etto di pasta integrale ne contiene circa il 20% della dose giornaliera raccomandata dai nutrizionisti.

DOLCI TIPICI

Cosa hanno in comune il panettone, il pandoro e la colomba?

Tutti questi dolci tipici delle feste sono caratterizzati dalla lievitazione naturale e dall'uso esclusivo di alcuni ingredienti, cioè il burro e le uova fresche.

SAVOIARDO

Elemento chiave di molte golosità il savoiardo solo da poco è stato "definito" per legge. Si tratta, quindi, di "un biscotto a forma di bastoncino ricoperto su una superficie da zucchero e con un contenuto in uova fresche di almeno il 26%".

INTEGRATORI

Se acquisti questi prodotti telematicamente, assicurati che l'integratore sia autorizzato!! Alcuni prodotti non presenti in commercio, reperibili on-line, potrebbero esporre il consumatore al rischio di complicanze.



Adoc
Associazione per la Difesa e
l'Orientamento dei Consumatori

Sede Nazionale
00199 Roma • Via di Tor Fiorenza, 35
Tel. +39 06 45420928 - Fax +39 06 86329611
www.adoc.org • info@adoc.org

UNIPOL
ASSICURAZIONI

Calendario dei Consumatori



Perugia, 5 aprile 2006
"Le Lacrime dell'Albero"
Scuola primaria "Casa del Diavolo"
4a e 5a Elementare



Settembre

sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30

LIBERALIZZAZIONI 1

(Principali novità introdotte dal D.L. 223/2006
convertito in L. 248/2006)

BANCHE

- 1) La banca non può più modificare unilateralmente le condizioni del contratto (tassi, prezzi, etc.) salvo i casi in cui sussista un giustificato motivo.
- 2) La banca è tenuta a comunicare per iscritto, con un preavviso di almeno 30 giorni, qualsiasi variazione contrattuale con modalità comprensibili, riportando la dicitura "proposta di modifica unilaterale del contratto".
- 3) Dalla ricezione della proposta di modifica, il cliente ha 60 giorni di tempo per recedere dal contratto senza penalità e spese.
- 4) Laddove non venga rispettato questo iter e le condizioni risultino più sfavorevoli per il cliente, la proposta risulterà inefficace.
- 5) Le variazioni dei tassi di interesse potranno essere effettuati a seguito delle modifiche decise dalla Banca Centrale Europea (BCE) e la variazione dovrà riguardare sia il tasso attivo che quello passivo.
- 6) In tutte le ipotesi di recesso dal contratto, il cliente potrà recedere senza penali e spese di chiusura.

ASSICURAZIONI RC AUTO

- 1) Nei preventivi e nelle polizze deve essere evidenziato il premio di tariffa, la provvigione dell'intermediario, lo sconto riconosciuto e la possibilità che altre compagnie riconoscano condizioni migliori. In questo modo il consumatore avrà la possibilità di orientarsi e scegliere tra diverse polizze.
- 2) Le compagnie non possono più avvalersi di agenti monomandatari in via esclusiva; vale a dire che l'agente di vendita non è più legato esclusivamente ad una sola compagnia assicuratrice.
- 3) Gli agenti potranno offrire polizze di diverse compagnie e praticare sconti. È vietata, però, l'imposizione di prezzi minimi e sconti massimi.
- 4) I contratti che prevedono disposizioni differenti dovranno essere adeguati alla nuova normativa entro e non oltre il 1° gennaio 2008.
- 5) A partire dal 1° gennaio 2007 entra in vigore il c.d. "indennizzo diretto" in caso di sinistri stradali, da cui siano derivati danni all'autovettura o piccole lesioni. L'utente potrà rivolgersi direttamente alla propria compagnia al fine di ottenere il risarcimento dei danni, mentre quest'ultima provvederà a liquidare il proprio cliente tempestivamente salvo poi rivalersi nei confronti dell'impresa assicurativa del danneggiante. Sarà la

stessa agenzia ad accertare, quantificare e liquidare il danno derivato dall'incidente. Il regolamento attuativo, all'art. 150, stabilisce che le uniche spese accessorie, che per legge le assicurazioni saranno tenute a risarcire al cliente, sono unicamente quelle relative alla perizia del medico legale. Sono esclusi gli onorari professionali stragiudiziali degli avvocati e delle agenzie specializzate; pertanto, laddove il cittadino decida di rivolgersi ad un legale dovrà sopportare i relativi costi.

COMPRAVENDITA AUTO, MOTORINI E BARCHE

- 1) Al fine di provvedere al passaggio di proprietà dei beni mobili registrati (auto, moto, barche, aerei, etc...), rimorchi e per la costituzione dei diritti di garanzia sui medesimi, non è più necessario rivolgersi ai notai.
- 2) Sarà sufficiente recarsi in Comune o agli Uffici competenti (ACI, agenzie di pratiche automobilistiche, motorizzazione) nonché allo Sportello Telematico dell'Automobilista che provvederà all'autentica della firma.
- 3) L'autentica deve essere eseguita lo stesso giorno in cui è richiesta, salvo motivato diniego.
- 4) Questa operazione, presso gli uffici su indicati, comporta il pagamento dei diritti di segreteria.



Adoc
Associazione per la Difesa e
l'Orientamento dei Consumatori

Sede Nazionale
00199 Roma • Via di Tor Firenze, 35
Tel. +39 06 45420928 - Fax +39 06 86329611
www.adoc.org • info@adoc.org

UNIPOL
ASSICURAZIONI

Calendario dei Consumatori



Catania, 1 giugno 2006
"Le Lacrime dell'Albero"
Scuola Media "Armando Diaz"
1a - 2a - 3a - 4a - 5a Scuola Elementare "Mazzini di Bartolo"

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	ottobre									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16										
							mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer				
							17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31				

RACCOMANDAZIONI NUTRIZIONALI

CACCIA AL TESORO CON LE VITAMINE: ECCO DOVE TROVARLE...

VITAMINA A: alimenti di origine animale (soprattutto fegato e milza, latte e derivati, uova). Dato che carne, latte e uova sono però ricchi in colesterolo, si consiglia di assumerla principalmente tramite pesce e derivati e fonti vegetali. Tra i tessuti vegetali, ne sono particolarmente ricchi quelli a colorazione giallo-arancione e quelli a foglia.

VITAMINA C: vegetali a foglia verde, peperoni, pomodori, kiwi e agrumi.

VITAMINA D: Pochi alimenti contengono quantità apprezzabili di vitamina D. Un alimento particolarmente ricco è l'olio di fegato di merluzzo e poi i pesci grassi (tipo salmoni ed aringhe), latte e derivati (formaggi) e uova.

VITAMINA E: alimenti di origine vegetale (semi ed oli da essi derivati), cereali, frutta ed ortaggi. Il contenuto vitaminico viene ridotto dai processi di cottura, soprattutto dalla frittura e dalla cottura a forno.

VITAMINA K: alimenti vegetali (spinaci, lattuga, broccoli, cavolo, soia, piselli, la verde ecc...) e animali (uova, fegato). I latticini, la carne, la frutta ed i cereali ne contengono in quantità minori. Viene sintetizzata dai batteri intestinali.

TIAMINA o VITAMINA B1: alimenti di origine animale e vegetale. Particolarmente ricchi di tale vitamina sono i legumi. Negli alimenti animali le maggiori concentrazioni sono nel fegato, nel rene, nel cervello e nell'intestino. Un'altra fonte importante di tiamina è inoltre il lievito di birra.

RIBOFLAVINA o VITAMINA B2: abbondantemente presente in natura. Si trova nelle verdure, nel lievito e soprattutto nel latte, nel fegato, nel cuore, nel rene e nell'albume dell'uovo.

NIACINA o VITAMINA B3: lievito di birra e carni. Frutta, verdura e uova ne presentano basse quantità.

ACIDO PANTOTENICO o VITAMINA B5: L'acido pantoténico sembra

essere ubiquitario. Si trova, in particolare, a livello del fegato, del tuorlo dell'uovo, nei cereali e nei legumi.

PIRIDOSSINA o VITAMINA B6: prodotti animali e vegetali. Nei vegetali, tuttavia, vi può anche essere una quota inutilizzabile.

COBALAMINA o VITAMINA B12: alimenti di origine animale (soprattutto fegato).

BIOTINA o VITAMINA H: Si trova nel latte, nei latticini, nel tuorlo e nei frutti di mare. Nei vegetali la biodisponibilità della biotina è più bassa. La biotina è prodotta in elevate quantità anche dai batteri intestinali.

ACIDO FOLICO o VITAMINA M: frattaglie, verdure a foglia, legumi e uova. La sua presenza è scarsa nella frutta e nel latte.

Parte dell'acido folico (circa il 50%) si può perdere durante la cottura.

...CON UN OCCHIO ALLE BIBITE

Leggi attentamente l'etichetta delle bibite ed i suoi additivi. La reazione tra la vitamina C, anche conosciuta come acido ascorbico o l'acido citrico, e l'acido benzoico, utilizzato come conservante potrebbe formare il benzene che è un composto tossico. Evita le bevande, prevalentemente a base di agrumi, sulla cui etichetta è riportato "acido benzoico".

...E UN ALTRO ALLA PIZZA

La pizza è un prodotto ottenuto per cottura, possibilmente mediante forno a legna, di un impasto (farina, acqua, sale e lievito di birra) disteso manualmente, guarnito con prodotti semplici (di prevalente derivazione vegetale), da consumarsi immediatamente dopo la cottura. Nel caso della tradizionale margherita, l'olio extravergine di oliva garantisce l'apporto dei benefici grassi vegetali, dei polifenoli, sostanze ad attività antiossidante utili contro i radicali liberi ed anche di piccole quantità di vitamina E. La mozzarella di bufala (o il fiordilatte), ed eventualmente il parmigiano e/o il pecorino, aggiungono piccole quantità di proteine animali e un po' di

grassi. Il pomodoro arricchisce il patrimonio nutrizionale con le fibre e, soprattutto, il licopene (un prezioso antiossidante) ed i sali minerali (tra cui potassio, magnesio, zinco e selenio). A titolo puramente indicativo, si può dire che 100 gr di una pizza con pomodoro e mozzarella sviluppano 271 kcal e apportano 52 grammi di carboidrati, 5,6 gr di grassi e 5,6 gr di proteine.

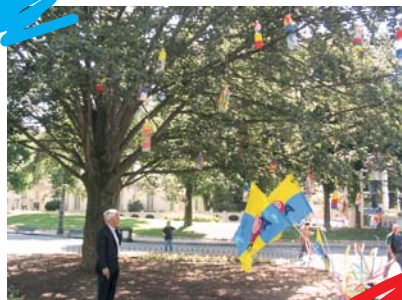


Adoc
Associazione per la Difesa e
l'Orientamento dei Consumatori

Sede Nazionale
00199 Roma • Via di Tor Fiorenza, 35
Tel. +39 06 45420928 - Fax +39 06 86329611
www.adoc.org • info@adoc.org

UNIPOL
ASSICURAZIONI

Calendario dei Consumatori



Torino, 5 giugno 2006
"Le Lacrime dell'Albero"
Scuola "Niccolò Tommaseo", 5a Elementare



novembre

gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30

STUDIARE IN UN ALTRO PAESE DELL'UNIONE EUROPEA

1 - PROGRAMMI UE

Centinaia di migliaia di studenti e ricercatori hanno già scoperto i vantaggi di un lungo periodo passato all'estero per motivi di studio grazie ai più popolari programmi UE.

Leonardo Da Vinci: collocamento e scambi nel settore della formazione professionale.

Socrates: mira a sviluppare la dimensione europea dell'istruzione durante tutta la vita mediante i seguenti programmi specifici:

- Erasmus, per studenti e docenti universitari;
- Comenius, per allievi e insegnanti di scuola;
- Lingua, per insegnanti di lingue;
- Grundtvig, corsi per adulti ed altre strade all'istruzione.

Gioventù: scambi che permettono ai giovani di sperimentare altre situazioni socioculturali.

Il servizio volontario europeo (SVE): dà ai giovani l'opportunità di risiedere in un altro paese per un periodo massimo di un anno e di partecipare a programmi locali come volontari.

2 - RICONOSCIMENTO ACCADEMICO DEI DIPLOMI

Non è disciplinato a livello UE. Consigliamo di contattare la rete dei centri nazionali di informazione sul riconoscimento accademico (NARIC):

www.europa.eu.int/comm/education/programmes/socrates/agenar_it.html

3 - SITO WEB PLOTEUS

Informazioni sulla possibilità di istruzione e formazione disponibili in tutta Europa:

www.europa.eu.int/ploteus/home.jsp

4 - PERIODI DI STUDIO ALL'ESTERO

L'Università di origine deve riconoscere i periodi di studio Socrates/Erasmus come parte integrante dei tuoi studi.



Adoc
Associazione per la Difesa e
l'Orientamento dei Consumatori

Sede Nazionale
00199 Roma • Via di Tor Fiorenza, 35
Tel. +39 06 45420928 - Fax +39 06 86329611
www.adoc.org • info@adoc.org

UNIPOL
ASSICURAZIONI

A group of children and adults are gathered in front of a large tree decorated with colorful paper lanterns. A man in a black shirt is cutting a red ribbon. A sign in the background reads "Le Jardin des Alliances".



Roma, 26 giugno 2006
"Le Lacrime dell'Albero"
Associazione Girotondo "Parco Rosati"

Calendar for December 2023:

sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
									17	18	19	20	21	22	23
									24	25	26	27	28	29	30
															31

dicembre



VUOI GIOCARE CON NOI?

Completa le caselle con i nomi della frutta e della verdura, fotocopila la parte che interessa e spedisca in busta chiusa completa di nome, cognome, età ed indirizzo a:

ADOC NAZIONALE "GIOCA CON NOI 2007"

Via di Tor Fiorenza, 35 - 00199 Roma

Oppure, riporta le risposte, precisando il numero corrispondente, all'indirizzo e-mail:

info@adoc.org o info@ilcalendariodeiconsumatori.it

(inserendo come oggetto "GIOCA CON NOI 2007").

A partire dal 1° gennaio 2007, le prime cento risposte pervenute correttamente, riceveranno in premio una maglietta rievocativa dell'iniziativa "Le Lacrime dell'Albero".

 1	 2	 3	 4	 5
 6	 7	 8	 9	 10

Nome Cognome Età

Indirizzo

Città CAP

Costituita nel 1988, promossa dalla UIL, l'Adoc è presente oggi in 107 sedi e conta oltre 60.000 iscritti. È impegnata a livello europeo per la definizione di un quadro normativo sempre più attento alla tutela dei diritti dei consumatori e in ambito nazionale è rappresentata in tutte le sedi istituzionali, a partire dal CNCU e dal Consumers' Forum. Assiste gli iscritti con personale qualificato, con i volontari del Servizio Civile e attraverso la consulenza legale specialistica offerta da esperti convenzionati. È abilitata alle procedure di conciliazione e arbitrato. In particolare l'Adoc è impegnata per la difesa della privacy, contro il caro-vita e l'erosione dei redditi, per il diritto alla salute, per la sicurezza alimentare, per garantire un servizio televisivo attento ai diritti degli utenti, per migliorare i servizi bancari, assicurativi, telefonici, dei trasporti e dei gestori di energia, gas e acqua. Il sito dell'Adoc è **www.adoc.org**

L'Adoc ringrazia per l'apporto fondamentale alla buona riuscita dell'iniziativa Unipol Assicurazioni e le seguenti scuole:

ROMA (10 giugno 2005)

Ist. Comprensivo Via Giulia I^a Media,
Ist. Comprensivo "E. Q. Visconti"
III^a e IV^a Elementare

TREVISO (30 novembre 2005)

Scuola "A. Manzoni"
V^a A e B, III^a A e B Elementare

RIMINI (13 dicembre 2005)

I^o Circolo Didattico "L. Ferrari"
e "V. Gambalunga"
dalla I^a alla V^a Elementare

GORIZIA - Ronchi dei Legionari

(14 dicembre 2005)
Scuola "V. Da Feltre"
V^a ABC Elementare, I^a ABD Medie

PESCARA (3 marzo 2006)

Scuole "B. Croce", "La Montale" e "La Michetti"
II^a D - III^a G Media

BARI (7 marzo 2006)

Circolo Didattico "G. Mazzini"
III^a Elementare

TRAPANI - Marsala

(13 marzo 2006)
I^o Circolo "G. Pascoli"
IV^a - V^a Elementare

BOLOGNA (15 marzo 2006)

Scuola "Guido Reni"
Medie

PERUGIA (5 aprile 2006)

Scuola primaria "Casa del Diavolo"
IV^a e V^a Elementare

CATANIA (1 giugno 2006)

Scuola Media "A. Diaz"
Scuola "Mazzini di Bartolo"
I^a - II^a - IV^a - V^a Elementare

TORINO (5 giugno 2006)

Scuola "N. Tommaseo"
IV^a Elementare

ROMA - PalaEur

(26 giugno 2006)
Associazione Girotondo "Parco Rosati".

Damiana Marchisi, Mariangela Padovano, Rosaria Ximenes e Valeria Minervini - volontarie in servizio civile presso l'Adoc Puglia per l'anno 2005/2006 - hanno contribuito alla stesura dei consigli inseriti all'interno del calendario (argomenti aggiornati a settembre 2006), con la collaborazione di Valeria Massari.

Il calendario 2007 è consultabile anche nella versione on-line, a cura di Azzurra Landriscina, sul sito

www.ilcalendariodeiconsumatori.it

"Il Calendario dei consumatori" è di proprietà privata, concesso gratuitamente all'ADOC per l'anno 2007.

Realizzazione e stampa a cura di: